

### 1- ¿Por qué se debe donar sangre?

Las donaciones de sangre contribuyen a salvar vidas y a mejorar la salud.

Existe una necesidad constante de donaciones regulares, ya que la sangre sólo se puede conservar durante un tiempo limitado y luego deja de ser utilizable, en Argentina se realizan alrededor de 5000 transfusiones de componentes sanguíneos.

Las donaciones regulares de sangre de un número suficiente de personas sanas son imprescindibles para garantizar la disponibilidad de componentes seguros en el momento y el lugar en que se precise, la sangre no se produce en los laboratorios, solo se consigue mediante donaciones, por eso es importante que nunca falte.

### 2- ¿Por qué promover la donación voluntaria de sangre?

- Para promover un cambio cultural en beneficio de todos.
- Para fomentar el hábito de donar sangre en forma solidaria, habitual, sin que nadie lo pida.
- Para contar con sangre segura.
- Para que la sangre esté siempre disponible cuando se necesite.
- Para evitar que el paciente y su entorno deba encontrar donantes.

### 3- ¿Por qué la donación de sangre está considerada como un indicador de desarrollo social?

Todos los días se necesitan donaciones de sangre y las comunidades de mayor compromiso solidario se organizan para donar sangre en forma voluntaria y habitual.

Los Grupos de Donantes, en este marco, ocupan un lugar de privilegio dentro de la cadena solidaria que se pretende organizar.

Al ser voluntario su aporte es invaluable, y es la solidaridad de la gente la que al fin y al cabo permite resolver el problema de disponibilidad de sangre y sus componentes.

#### **4- ¿Por qué ser donante voluntario y habitual?**

Porque cada día son necesarias muchas donaciones de sangre. Porque hay ciertos períodos en que cuesta alcanzar la cantidad necesaria.

Porque la sangre de personas que son donantes habituales es más segura ya que son conocedores de los requisitos que se debe cumplir y en caso de duda pueden autoexcluirse y no donar.

En este sentido, la Organización Panamericana de la Salud recomienda que el 5 % de la población done.

#### **5- ¿Para qué se usan componentes sanguíneos? ☐☐**

Los componentes sanguíneos son requeridos en accidentes, operaciones, trasplante de órganos, tratamientos oncológicos, pacientes con quemaduras graves y otros.

- Los glóbulos rojos irán destinados a pacientes con anemias crónicas, anemias agudas, cirugías, trasplantes.
- Las plaquetas se emplearán en enfermos con tratamientos de quimioterapia, aplasia medular, trasplantes.
- El plasma tiene distintos componentes y fundamentalmente se utiliza para obtener medicamentos. Estos productos se emplean para tratar la hemofilia, problemas de coagulación, quemaduras, enfermedades del riñón, del hígado y otras.

La separación de la sangre entera en sus componentes permite dar a cada enfermo lo que necesita.

### **6- ¿Cuáles son los requisitos para donar sangre?**

- Gozar de buena salud
- Ser mayor de 18 años
- Pesar mínimo 50 Kg
- No encontrarse en ayunas
- Presentar identificación personal
- Sentirse bien el día de la donación
- No haber sido transfundido en el último año
- No ser adicto a drogas de ningún tipo
- No haber tenido relaciones sexuales de riesgo en el último año
- No haberse realizado tatuajes o perforaciones en el último año
- No estar embarazada o amamantando

El proceso de selección pre-donación, se realiza para determinar que la donación de sangre no pueda afectar al donante y sea segura para el receptor. Durante este proceso, se puede solicitar información más detallada respecto de la aptitud para ser donante. Es preciso consultar siempre cualquier duda con el profesional que realiza la entrevista pre-donación.

### **7- ¿Con qué frecuencia se puede donar sangre?**

Se puede donar sangre con un intervalo mínimo de 2 meses. Los hombres pueden donar hasta 4 veces en un año, y las mujeres 3.

### **8- ¿Se puede donar si se está menstruando?**

Sí, la mayoría de las mujeres pierden menos de 40-50 ml. de sangre en cada menstruación y, el promedio pérdida anual normalmente no excede los 650 ml. de sangre. Estos son recuperados y no se produce anemia.

No hay razón para diferir a mujeres que están menstruando cuando asisten a donar sangre, a menos que, por control de hematocrito y/o hemoglobina, se detecte que el nivel es menor al normal.

### **9- ¿Hay riesgos de infección o de contaminación cuando se dona sangre?**

No, el material que se usa para la extracción es estéril, descartable y de uso único. No se puede contagiar ninguna enfermedad por donar sangre. Además la donación se realiza bajo la supervisión médica y los procedimientos implementados buscan resguardar la seguridad tanto del donante como del receptor.

### **10- ¿Qué enfermedades se pueden transmitir por la sangre?**

La mayor parte de las enfermedades infecciosas pueden transmitirse por sangre, por lo que todas las unidades donadas son analizadas antes de ser utilizadas. En función de datos

epidemiológicos locales, la cantidad y tipo de infecciones varia. En nuestro país se realizan pruebas para descartar Hepatitis B y C, virus del SIDA, HTLV I y II, sífilis, brucelosis y chagas.

### **11- En caso de detectarse alguna infección a través de los análisis que se efectúan a la sangre donada, ¿se le comunica al donante?**

Siempre se le comunica al donante cualquier anomalía detectada y se lo orienta sobre los pasos a seguir para su atención y tratamiento.

### **12- ¿Cómo se realiza la donación de sangre?**

La persona dispuesta a donar concurre a un banco de sangre o a una unidad móvil de colecta y:

- 1- Será atendida por un equipo profesional, y recibirá información pre-donación.
- 2- Tendrá una entrevista con personal capacitado que determinará si puede donar sangre. Toda la información que el donante brinda es confidencial.
- 3- Si está apto para donar, firma el consentimiento para efectuar la extracción.
- 4- Esta será realizada por personal técnico siguiendo estrictas normas de seguridad, calidad, higiene y confort.

5- Después de la donación recibirá un refrigerio y consejería post-donación.

6- Todo el proceso dura de 30' a 40'. La extracción propiamente dicha dura entre 7' y 10'. La extracción de sangre no es dolorosa. En el momento de la punción, la molestia es semejante a la de un análisis de sangre. Se recomienda estar tranquilo y lo más relajado posible. Si se siente algún malestar durante la donación o posteriormente, es necesario comunicarlo al personal médico que está para atenderlo.

### **13 - ¿Qué se recomienda tener presente para el día de la donación?**

- No estar en ayunas.
- Ingerir abundante líquido antes y después de la donación.
- Estar descansado.
- Concurrir con ropa cómoda.
- Presentarse con D.N.I.

Generalmente post-donación se puede continuar con las actividades habituales. En caso de profesiones de riesgo se deberá consultar si es necesario demorar unas horas para retomarlas.

### **14- ¿Quién organiza la donación de sangre?**

La donación de sangre está organizada por los Bancos de Sangre y/o Centros regionales de Hemoterapia en el marco de los Programas Provinciales de Hemoterapia de los Ministerios de Salud de cada jurisdicción. Son ellos los que conocen la cantidad y tipos de componentes sanguíneos requeridos por esa población y son responsables de instrumentar los medios para asegurar su disponibilidad.

### 15 - ¿Es difícil Rh negativo?

Muchas organizaciones de donantes de sangre nacieron con esta motivación.

Aproximadamente el 10% de la población es Rh negativo y cuando un paciente requiere estas unidades el banco de sangre puede tener dificultad para obtenerlas, especialmente si no posee un programa de donación voluntaria y habitual.

Las donaciones de donantes voluntarios de sangre, conjuntamente con los bancos de sangre organizados son el camino para que las unidades Rh negativo estén disponibles.

### 16- ¿Los bancos de sangre y/o instituciones de salud pueden condicionar la atención a que acudan donantes de sangre?

El banco de sangre NO debe condicionar el tratamiento o la internación a la cantidad de donantes que aporte el paciente, pero SI depende de los donantes para contar con sangre disponible. Esto hace que se necesite del aporte solidario de los donantes de sangre y solo, en circunstancias particulares, puede verse en la necesidad de hacerlo.

### 17- ¿Puede donar quién padeció alguna de las siguientes enfermedades?

- **Mononucleosis:** Si fue una mononucleosis simple, sin complicaciones, después de seis meses, puede donar sangre. Si hubo alguna complicación, se indagará más en el momento de la entrevista de selección, antes de la donación de sangre.

- **Hipertensión:** Si la hipertensión está controlada y no hay ningún otro factor que lo impida, puede donar sangre. No debe suspenderse la medicación para donar.

- **Hepatitis A:** El virus de la Hepatitis A no se transmite por sangre, pero esto será evaluado en la entrevista pre-donación. Será el profesional responsable quien definirá si puede donar o no.

Las normas establecen que las personas que han padecido hepatitis antes de los 10 años pueden donar sangre, dado que se considera que la mayor parte de estas hepatitis son del tipo A.

- **Asma:** Si no está atravesando una crisis, se siente bien y la enfermedad está controlada, podría donar. Pero como cada persona es un caso particular, es conveniente consultar con un profesional que realiza la entrevista previa a la donación.

- **Epilepsia:** Las Normas permiten la donación de sangre de personas que están libres de síntomas luego de tres años de haber finalizado el tratamiento. Aconsejamos consultar en el banco de sangre donde se quiera donar, para que se evalúe la situación particular, en el contexto de la entrevista pre- donación.

- **HPV:** El virus HPV no es transmisible por sangre por lo que sí se puede donar sangre.

Lógicamente ante cualquier duda se consultará al médico a cargo del lugar donde se concurra a donar.

### **18- ¿Si se está tomando alguna medicación, se puede donar sangre?**

El consumo de medicamentos por parte del potencial donante siempre será motivo de consulta, ya que será diferido, o no, en función de la enfermedad para la cual se prescribieron los medicamentos y no por el medicamento en sí mismo. Como regla general, las personas que están tomando antibióticos, anticoagulantes, medicamentos oncológicos o insulina no

pueden donar.

### **19- ¿Qué medicamentos NO son motivo de exclusión para donar sangre?**

Antitabaco, adelgazantes, contraceptivos, hormonales sustitutivos, anticolesterol, antihemorroideo, descongestivos nasales, cortisona interarticular, vitaminas, minerales suplementarios, broncodilatadores, tranquilizantes, ansiolíticos, antidepresivos, analgésicos menores, relajantes musculares, diuréticos, profilaxis antiviral, anti-espasmódicos, agentes uricosúricos, y laxantes.

### **20- ¿Se puede donar sangre si se consumen drogas?**

Las personas que hayan utilizado marihuana, en la mayor parte de los países, no son diferidas. (en cada caso consultar con el médico). Los que hayan utilizado drogas inyectables deben ser diferidos en forma permanente. Por el consumo de otras drogas, será la evaluación médica la que determine si se puede o no donar, dado que fundamentalmente se evaluará el grado de adicción y eventuales riesgos a los que haya podido estar expuesto durante el efecto de las mismas.

### **21- ¿Dónde me puedo informar para ir a donar sangre?**

Podes informarte llamando al 0800-222-1002 o ingresando a: <http://www.msal.gov.ar/plan-nacional-sangre/nacional-sangre/>, ahí podrás consultar: lugares, fechas, horarios de atención y colectas de sangre, en todo el país.